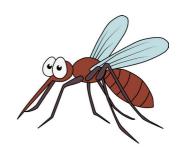


ÉTÉ

3^{ème} trimestre 2023

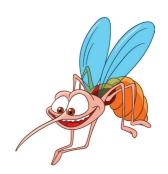


C'est l'été

Trois petits moustiques m'ont piqué : Un sur le front, Un sur le nez, Et le troisième Au bout du pied !

Trois petits boutons ont poussé : Un sur le front, Un sur le nez, Et le troisième Au bout du pied!

Me voilà tout défiguré! C'est l'été.





Sommaire

Le	s plantes4
	Le Bois de Hô
•	Le Patchouli
Le	dossier du mois8
•	La circulation
C	onseils cosmétiques14
•	Cheveux abimés après l'été, que faire ?
C	onseils ménagers19
	La crème à récurer
C	onseils animaliers22
•	Les tiques chez vos animaux de compagnie
Ja	ırdinage25
•	Les bonnes associations de légumes, fleurs et aromatiques
Zo •	om des cultures d'Abiessence
Pro	ojets d'entreprise 30
•	La création d'un nouveau local distillation pour un second alambic
No	otre activité bois32
•	Nettoyage après tempête sur la commune de la Tour-en- Jarez (42)
Re	ecettes 34
•	Tagliatelles au chèvre frais, au thym et à la menthe poivrée Rillettes de maquereau au thym
Le	coin des enfants 36
•	riagos giacos aox nameoises, myrimos er popiles ao
•	chocolat blanc Les mots mêlés de l'été
IAC	os ateliers et formations (planning) 38

Le Bois de Hô



Nom latin: Cinnamomum camphora

Partie distillée : Écorce d'arbre Odeur : Boisée, fleurie, fraîche

Provenance : Chine Famille : Lauracées

Botanique:

Cousin chinois du ravintsara et du camphrier, cet arbre de taille moyenne (15 à 20 mètres de haut) présente des feuilles alternes, entières, coriaces, persistantes. De forme ovale, les feuilles sont longues de 10 cm et dégagent une forte odeur aromatique lorsqu'elles sont froissées. Par son feuillage toujours vert, il est un arbre d'alignement dans les rues qu'il orne dans les pays chauds, d'autant plus qu'il s'acclimate aisément au point d'être envahissant. Les fruits sont des drupes charnues sphériques de couleur bleue foncé puis noire à maturité.



Le saviez-vous?

Le bois du camphrier, dont l'odeur particulière persiste pendant plusieurs années, bénéficie de vertus insectifuges qui éloignent les mites. Pour cette raison, il fut longtemps utilisé par les malletiers pour la fabrication de malles destinées à transporter les fourrures.

L'huile essentielle extraite des feuilles des camphriers de Madagascar est le Ravintsara et l'huile essentielle de Bois de Hô vient de la distillation du bois des camphriers de Chine.

Propriétés et indications thérapeutiques :

- Anti-infectieuses légères
- Anti-inflammatoires
- Relaxantes
- Régénératrices et toniques cutanés

Quelques conseils d'utilisation :

<u>- Lutter contre l'acné chez les</u> <u>adolescents et les</u> <u>adultes</u>:

Appliquez 1 goutte pure sur chaque bouton, matin et soir après s'être lavé

le visage, jusqu'à disparition de l'acné. Faire une semaine de pause après 3 semaines d'utilisation.



- Contre les bronchites :

Mélangez 2 gouttes de Bois de Hô dans une noisette d'huile végétale, et appliquez ce mélange sur le thorax 4 fois par jour pendant 5 à 7 jours.

- En cas de déprime, stress, anxiété :



En diffusion, versez quelques gouttes de Bois de Hô dans votre diffuseur ou sur un mouchoir. Par voie cutanée. 1 goutte de Bois de Hô dans un peu d'huile végétale en massage sur le plexus solaire 2 fois par jour. Au bout de 3 semaines d'utilisation faire une pause d'une semaine



Synergie contre les angoisses:

HE Orange Douce: 90 gouttes HE Bois de Hô: 30 gouttes HE Lavande Fine: 30 gouttes

Ouvrez le flacon et respirerz profondément, le plus calmement possible, 3 ou 4 fois. Si besoin, recommencez toutes les 10 minutes jusqu'à apaisement total

- Limiter les rides :

Par voie cutanée, appliquez 1 goutte de Bois de Hô dans un peu d'huile végétale, d'argan ou de jojoba, sur les zones concernées, deux fois par jour. Ajoutez 2 gouttes d'huile essentielle de bois de hô et de rose, dans la crème de jour quotidiennement pour prévenir l'apparition des rides et stimuler la régénération cutanée.

- Pour lutter contre un rhume :

Par voie cutanée, appliquez 2 gouttes d'huile essentielle de Bois de Hô dans une noisette d'huile végétale sur le thorax et le cou.



Synergie rhume:

HE Tea Tree: 30 gouttes HE Ravintsara: 30 gouttes HE Bois de Hô: 30 gouttes HE Thym Linalol: 30 gouttes HV Amande Douce: 6ml

Appliquez 3 à 4 gouttes du mélange, sur le cou, le front, les tempes, 3 fois par jour pendant 3 à 5 jours.



Le Patchouli



Nom latin: Pogostemon cablin

Partie distillée : Feuilles

Odeur : Boisée, herbacée, épicée

Provenance : Sri-Lanka Famille : Lamiaceae

Botanique:

Le patchouli est une plante vivace et une herbe aromatique, au port arbustif et ramifié. De croissance rapide, il peut facilement dépasser un mètre de haut. Ses feuilles sont larges et veloutées, avec des tiges tétragonales. Les fruits sont de minuscules nucules noires. C'est une plante tropicale qui n'est pas cultivable sous d'autres climats.



Le saviez-vous?

La plante fraîche ne possède aucune odeur, ce n'est qu'après une phase de fermentation que les précurseurs des différentes molécules donnent l'odeur aux feuilles

Matière première aujourd'hui chère et luxueuse, le patchouli connaît depuis plusieurs années un intérêt grandissant de la part des marques de parfum. Le patchouli est utilisé comme note de fond, aussi bien dans les fragrances masculines que féminines. Le patchouli

apporte sa saveur terreuse aux parfums boisés, chyprés, cuirés et orientaux.



Aromathérapie:

En aromathérapie, son essence est un tonique et un stimulant digestif, un tonique circulatoire. On l'utilise aussi pour les soins de la peau.



Propriétés et indications thérapeutiques :

- Phlébotonique
- Anti-inflammatoire
- Insectifuge
- Tonique, stimulant général
- · Tonique digestif
- Cicatrisante



Quelques conseils d'utilisation :

- Contre les jambes lourdes :

Par voie cutanée, 3 gouttes d'huile essentielle de Patchouli dans de l'huile végétale à appliquer en massage sur les jambes de bas en haut, 3 fois par jour.



Synergie jambes lourdes:

HE Genevrier: 30 gouttes

HE Lenstique Pistachier: 30 gouttes

HE Patchouli: 15 gouttes HE Menthe poivrée: 15 gouttes

HV Calophylle: 2.5ml

Appliquez 3 fois par jour jusqu'à amélioration. Se masser les jambes en partant des chevilles et en remontant vers le haut, avec 4 à 6 gouttes du mélange.



- Contre les peaux grasses :

Ajoutez 1 goutte d'huile essentielle de Patchouli dans une noisette de crème neutre et appliquez sur les zones Vous concernées. pouvez ajouter

d'huile goutte essentielle de Petit Bigaradier grain pour augmenter l'efficacité de votre crème



- En cas de crevasses:

Appliquez, 1 goutte d'huile essentielle de Patchouli dans végétale d'huile de Calophylle de préférence, 2 fois les par jour sur zones touchées



noisette

une

- Contre l'eczema:

Appliquez 1 goutte d'huile essentielle de Patchouli dans une noisette d'huile végétale sur les zones affectées, 2 fois par jour, jusqu'à amélioration.





Svnergie en cas d'eczema:

HE Lavande Fine: 6 gouttes HE Patchouli: 3 gouttes HV Bourrache: 5ml HV Jojoba: 4.5ml

Appliquer sur la zone douloureuse 2 fois par jour jusqu'à guérisson.

La circulation:

C'est en 1620 qu'un médecin anglais découvre que la circulation du sang dans le corps se fait grâce aux battements du cœur. Depuis, de multiples questions se posent et notamment celles-ci : Pourquoi avons-nous des problèmes de circulation et quelles sont les conséquences ?



Qu'est-ce que la circulation?

Véritable « élixir » de vie, le sang apporte à nos cellules tout ce dont elles ont besoin pour fonctionner. Les fonctions de la circulation sont multiples et bien sûr vitales! Le sang permet



d'apporter l'oxygène que nous respirons à toutes les cellules du cœur. grâce aux transporteurs d'oxygène,

globules rouges. Il leur apporte aussi des nutriments qui proviennent du système digestif comme le glucose, les acides gras et les protéines, par exemple.

Le sang est aussi un très bon «nettoyeur» pour notre organisme : il récupère les déchets produits par les cellules et les évacue vers les reins, principalement. Il va jouer un rôle de messager, et transporter de nombreuses molécules vers les organes sur lesquelles elles agiront. Il nous garantit une bonne immunité grâce aux globules blancs qu'il contient, mais aussi grâce aux molécules aux cellules qui sont nécessaires à la

coagulation, en cas de

blessure par exemple.

Beaucoup de mystères sont encore à découvrir sur la circulation sanguine comme les rôles et les interactions du transport de milliers de protéines et de différentes molécules par le sang dans notre organisme.

Pourquoi des avons-nous problèmes de circulation ?

Nous entendons souvent parler de problèmes de circulation, mais d'où viennent-ils?

La circulation du sang est contrôlée par de nombreux mécanismes, qui permettent de maintenir certains facteurs constants, on parle du maintien de l'homéostasie. Ainsi, que l'on soit debout ou couché, que l'on baisse la tête ou que l'on lève les jambes, le sang doit être maintenu à pression constante afin de continuer sa mission sans être perturbé.

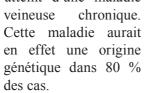
Cependant, des problèmes de circulation sanguine peuvent apparaitre. Ils sont dus à un dysfonctionnement du cœur, des artères ou des veines. Or, plusieurs facteurs de risque peuvent être à l'origine de l'apparition de troubles circulatoires. Il arrive que nous ayons des sensations de jambes lourdes et douloureuses; que

durant l'hiver, nos doigts deviennent parfois blancs pendant quelques minutes en perdant toute sensibilité ou encore que nous ayons des fourmis dans les jambes lorsque nous restons trop longtemps assis.

Ces différents facteurs peuvent être à l'origine de problèmes de circulation. Le tout est de savoir s'il est possible d'y remédier et comment s'y prendre.

L'insuffisance veineuse chronique des membres inférieurs, les phlébites, les varices ou encore le phénomène de Raynaud sont au cœur de ces dérèglements. Mais d'autres raisons sont très souvent abordées pour expliquer ce phénomène, à commencer par l'hérédité.

Si la génétique joue un rôle très important dans de nombreux cas, le risque de mauvaise circulation peut être accentué lorsqu'un membre de la famille est atteint d'une maladie



Le manque d'activité physique et la sédentarité peuvent aussi être un facteur aggravant d'une mauvaise circulation et d'un risque d'insuffisance veineuse. Le fait de rester immobile et assis ou debout pendant plusieurs heures, au travail notamment, n'auront pas d'effet positif sur notre corps. Les muscles

des jambes se relâchent et les veines se dilatent, ce qui peut causer ce qu'on appelle « les fourmis ». Ces risques-là peuvent être moindres en pratiquant un sport régulier, comme la natation, la course à pied, ou encore le vélo afin d'entretenir sa santé cardio-vasculaire et musculaire : le cœur, les artères et les veines sont plus performants.

Face à cela, l'excès de poids peut aussi devenir un problème. Devoir supporter un poids excessif, les jambes d'une personne en surpoids ou obèse subissent une pression plus forte.



Elles sont plus susceptibles d'être atteintes d'un problème circulatoire. Les personnes dont l'Indice de Masse Corporelle est compris entre 25 et 27 présentent plus de risques de souffrir de varices, directement liées avec notre circulation sanguine.



Le tabac est également un facteur en contreindication avec une bonne circulation puisqu'il diminue la tonicité de nos veines.

Enfin, si les femmes souffrent plus souvent de problèmes de circulation, elles sont encore plus sensibles à ce type de trouble en cas de déséquilibre hormonal. En effet, la grossesse ou les traitements hormonaux (contraceptif ou pour la ménopause) peuvent être néfastes pour notre circulation. Or, si

certaines hormones ont un impact sur la circulation sanguine, au fur et à mesure de la grossesse, l'utérus a également tendance à comprimer les veines des membres inférieurs et à gêner la circulation sanguine.

Comment réagir en cas de mauvaise circulation ?

Les troubles de la circulation sanguine doivent être pris au sérieux. Ils peuvent en effet provoquer des gênes importantes et invalidantes dans la vie de tous les jours (des sensations désagréables pendant la journée, des crampes douloureuses, des difficultés à s'endormir et des réveils nocturnes fréquents...).

Généralement, un des premiers symptômes est l'apparition de varices, plus ou moins importante.

Il est important d'avoir un avis médical afin de savoir quels sont les bons réflexes. Tout d'abord, il vaut mieux éviter les positions immobiles prolongées et surélever ses jambes aussi souvent que possible (la nuit par exemple en installant un coussin sous ses mollets).



Afin de limiter les dégâts et de diminuer la douleur, mieux vaut éviter de croiser les jambes, ce qui ne fait qu'empirer la mauvaise circulation, mais aussi de porter des bonnes chaussures, des vêtements qui ne sont pas trop serrés, et masser vos jambes en les combinant avec différents exercices

1er exercice : le pédalage

En position allongée sur le dos, imaginez que vous pédaler et réalisez une vingtaine de mouvements de pédalage, de façon régulière et tonique. Vous pouvez également effectuer des mouvements de flexion/extension, une jambe après l'autre.

2ème exercice : l'appui contre un mur

Debout face à un mur, inclinez-vous de façon à prendre appui avec vos deux bras tendus. Avancez ensuite une jambe devant vous, en la pliant légèrement. Durant ce temps, l'autre jambe reste tendue, alignée avec le reste du corps. Vous sentirez alors l'étirement au niveau du mollet de la jambe arrière. Gardez la position environ 20 secondes.

3ème exercice : les mouvements de balle

En position assise, vous pouvez faire rouler une petite balle (une balle de tennis par exemple) sous votre plante de pied en lui faisant faire des petits mouvements de rotation.

Ces différents exercices vous aideront à stimuler les veines et par conséquent la circulation sanguine dans le bas du corps. Plusieurs traitements naturels peuvent également aider à améliorer une mauvaise circulation sanguine. C'est le cas de l'utilisation d'huiles essentielles et autres dérivés

 Les eaux florales de menthe poivrée, de cyprès et d'hamamélis peuvent être respectivement utilisées pour rafraîchir, purifier, tonifier et drainer



• Les huiles essentielles de Cyprès, de Vétiver ou de Romarin Camphré tonifient les veines et soulagent les troubles circulatoires, comme les jambes lourdes et les varices.

Les huiles essentielles de Cèdre de l'Atlas, de Patchouli, de Lentisque pistachier ou encore de Cajeput sont décongestionnantes, elles favorisent la circulation sanguine et permetent d'avoir des jambes légères.



- L'huile végétale de Calophyllum est idéale pour les peaux sèches, elle favorise la circulation sanguine lorsqu'elle est utilisée en massage et soulage les jambes lourdes.
- L'huile végétale de Calendula est adoucissante, elle stimule la microcirculation et s'adapte parfaitement aux synergies avec les huiles essentielles.



Si vous avez des craintes par rapport au mode d'utilisation et à la fréquence, vous pouvez aussi appliquer l'huile de massage jambes légères ou encore le lait jambes légères, qui sont des mélanges prêts à l'emploi et utilisables au quotidien. Une conservation de ces produits dans un endroit frais (au frigo par exemple) ne pourra qu'augmenter leur efficacité.

Des recettes de grands-mères peuvent aussi être utilisées. Depuis longtemps maintenant les problèmes de circulation existent et de nombreuses méthodes naturelles sont apparues au fil des années. On parle surtout de diminuer

les jambes lourdes.

Le cataplasme d'argile verte ou le passage sous l'eau froide sont des incontournables pour apaiser la sensation de

jambes douloureuses.

On retrouve aussi le bain de pieds avec du gros sel, ou encore le gel d'aloe vera qui sont des solutions très abordables et que tout le monde possède chez soi.

Beaucoup de techniques sont utilisées

a u j o u r d ' h u i pour soulager ces problèmes de circulation sanguine, que ce soit en massage, en inhalation ou en



prise interne, mais celle qui fonctionne le mieux est celle que nous pouvons adapter à notre quotidien.

Cheveux abimés après l'été, que faire ?

Le soleil, la chaleur, les rayons les UV, l'eau salée de la mer, le chlore de la piscine, les lavages et les séchages trop fréquents, les produits coiffants et les excès de tous genres (régime, nuits de fêtes sans sommeil...) ont eu raison de vos cheveux ?



Vos cheveux peinent à suivre votre rythme fou lors des vacances d'été et se retrouvent rêches, secs et abîmés à la rentrée. Pour réparer les dégâts capillaires et repartir « de bon poil », voici quelques conseils qui vous permettent de retrouver des cheveux forts, soyeux et éclatants de santé après l'été.

Avant de trop s'abimer les cheveux n'oubliez pas que pendant l'été il faut se protéger des rayons du soleil, on n'y pense pas très souvent mais le cuir chevelu est un endroit vraiment sensible,

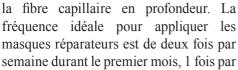




la peau reste fine il faut donc porter une casquette, un

chapeau ou tout autre chose. Evitez aussi de trop vous tresser les cheveux car ceci laisse trop apparaître vos racines.

La meilleure solution pour soigner les cheveux dénutris et fourchus est le masque capillaire. Choisissez-le riche en protéines et en agents actifs nourrissants et hydratants pour réparer



semaine pendant le mois suivant et tous les 15 jours en routine par la suite. Vous pouvez concocter votre masque réparateur pour cheveux secs (post-exposition au soleil) en mélangeant un avocat, le jus d'un demi-citron et 2 cuillères de miel. Etalez le masque puis enveloppez vos cheveux dans une serviette chaude et laissez agir 30 minutes, puis rincez.

Vous pouvez aussi couper vos pointes pour que le cheveu reste soyeux.



Pour réparer et nourrir les cheveux en profondeur, optez pour les soins



nourrissants et les bains d'huile à poser durant toute une nuit. Appliquez un mélange

d'huile d'olive (qui assouplit et nourrit), d'huile d'amande douce (protège et apaise le cuir chevelu irrité) avec du beurre de karité. Vous pouvez également essayer le masque huile de coco, huile d'argan. Appliquez le masque ou les huiles et enveloppez vos cheveux dans un film plastique ou un bonnet de douche, puis

dans une serviette chauffée. Dormez et lavez vos cheveux au réveil pour les retrouver souples et doux.



Petite routine pour vos cheveux avec quelques produits Abiessence:



-Appliquez sur vos racines et vos pointes l'huile beauté des cheveux laissez-la poser toute la nuit. Le lendemain rincez à l'eau claire et faites votre shampoing.

- -utilisez le shampoing à l'huile essentielle de géranium pour réhydrater vos cheveux renouvelez l'opération 2 fois.
- appliquez et laissez poser 10 à 15 minutes notre soin cheveux après shampoing il sera efficace pour refermer l'écaille du cheveu et redonner de la souplesse après une baignade au soleil.
- pour finir vous pouvez appliquer du gel d'Aloe Vera sur vos pointes pour encore mieux les hydrater.

Voici d'autres techniques naturelles:

<u>Pour rincer et nettoyer votre brosse ou peigne à cheveux :</u>

Utilisez du vinaigre. Faites-y tremper la brosse pendant 30 min pour la nettoyer en profondeur. Vous pouvez également faire une solution nettoyante en versant un verre d'eau dans un bol et ajouter une cuillère à café du shampoing de votre choix et une cuillère à café de bicarbonate de soude. Nettoyez la brosse, rincez-la et séchez-la

Gommage pour le cuir chevelu :



Appliquez en mouvement circulaire sur la racine du cheveu pendant 5 à 8 minutes puis rincez à l'eau claire et faites votre shampoing habituel.

Masque à l'argile verte pour les cheveux :

Pour le cuir chevelu: l'argile verte fait bon ménage avec les cuirs chevelus sensibles, souvent irrités, car elle apaise efficacement. C'est donc un bon élément pour les personnes souffrant d'eczéma, de psoriasis ou de dermatite.



Appliquez sur le cuir chevelu pendant 15 à 20 min, rincez à l'eau claire et faites votre shampoing.

La crème à récurer :

La crème à récurer est un produit miracle pour venir à bout de la saleté tenace comme celle que l'on trouve au fond d'une baignoire, sur les parois d'un évier ou encore sur des joints de carrelage. Elle est également très efficace pour dégraisser les casseroles ou autre support de cuisson.



Très simple à réaliser soi-même, vous trouverez ci-dessous notre recette extraite du nouveau livret que nous commercialisons dernièrement en magasin. Ce livret de 50 pages est composé de 2 parties : la première décrit les ingrédients que l'on retrouve très souvent dans les produits ménagers «maison», la seconde donne 18 recettes de produits différents.

Matériel recommandé:

Béchers en verre, balance, éprouvettes, un flacon de 250 ml

Ingrédients:

Composition pour un flacon de 250ml

Bicarbonate de soude : 105 gr Argile blanche : 105 gr

Eau Florale de Lavandin Super : 105 ml Savon noir liquide : 50 ml

Huile Essentielle de Menthe poivrée : 45 gouttes Huile Essentielle de Citron : 60 gouttes

Explication des matières :

Bicarbonate de soude : il désodorise, il a également une action anticalcaire et antifongique.

Argile blanche : elle nettoie et dégraisse.

Eau Florale de Lavandin super : elle aide à purifier.

Savon noir liquide : il nettoie très efficacement et dégraisse.

Huile Essentielle de Menthe poivrée : elle est anti-infectieuse, bactéricide et virucide. Elle apporte également un parfum puissant.

Huile Essentielle de Citron : elle est purifiante et assainissante. Elle apporte également une senteur fine et fruitée.

Mode opératoire :

1/A l'aide d'une balance pesez les poudres (bicarbonate et argile) directement dans votre bécher puis mélangez-les entre elles.

2/ A l'aide d'une éprouvette ou d'un bécher mesurez les liquides (eau florale et savon noir) puis versez-les dans votre bécher.

Mélangez jusqu'à obtenir une crème assez homogène.

3/ A l'aide du compte-goutte intégré aux flacons, comptez vos gouttes d'huiles essentielles (menthe et citron) directement dans votre bécher.

4/ Mélangez à nouveau afin de rendre le tout homogène. Transvasez ensuite dans votre flacon et ... c'est prêt, enfin presque. Il ne vous reste plus qu'à boucher votre flacon et à l'étiqueter.

Conservation:

Cette crème se conserve plusieurs mois sans problème.

Utilisation:

Cette crème à récurer comme son nom l'indique est utile pour récurer presque toutes les surfaces dures telles que le plastique, les fours, les lavabos, la douche ... Avant chaque utilisation, secouez bien votre flacon afin d'homogénéiser votre crème à récurer.



Précautions:

Il faut éviter de l'utiliser pour nettoyer les surfaces qui se rayent facilement comme les plaques de cuisson par exemple. La présence de bicarbonate de soude pourrait abîmer et rayer ce type de surface. Au moindre doute testez-la sur une petite partie non visible.

PETITE ASTUCE EN PLUS

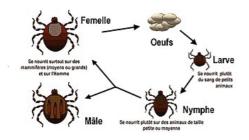
Elle est également top sur les joints de carrelage, à utiliser avec une vieille brosse à dents par exemple.

Les tiques chez vos animaux de compagnies.

Les animaux de compagnie qui attrapent des tiques peuvent être sujets à des réactions inflammatoires sur le lieu de morsure. Mais surtout, en se nourrissant sur l'animal, les tiques peuvent leur transmettre de nombreux agents pathogènes responsables de maladies généralement graves, et parfois mortelles.

Les tiques :

Les tiques sont des acariens de grande taille. La forme, taille et couleur des tiques varient beaucoup selon l'espèce et son stade de développement mais leur corps est toujours ovalaire. La tique n'a ni yeux ni tête mais est pourvue d'un rostre qui pénètre la peau comme un harpon et s'y maintient grâce à une sorte de colle. Toutes les espèces connues se développent en passant par quatre stades évolutifs distincts



Les maladies transmisses par les tiques :

La piroplasmose:

Cette maladie touche le chien. Les piroplasmes parasitent le sang du chien et provoquent la destruction des globules rouges. Ils sont transmis par des tiques présentes en zone rurale comme en zone urbaine. Sans traitement rapide, la maladie peut être mortelle. Même en cas de traitement, le chien peut garder des séquelles rénales.

La maladie de lyme:

Elle peut toucher le chien et le chat (mais aussi l'homme). Les bactéries responsables de la maladie, les Borrelia, se répandent dans l'organisme. Elles sont transmises par des tiques présentes surtout en zones boisées. La maladie de lyme est difficile à diagnostiquer et peut laisser des séquelles articulaires (boiteries).

L' ehrlichiose:

C'est une maladie du chien et du chat. Les bactéries injectées lors du repas de la tique parasitent les globules blancs. Elles sont transmises par des tiques présentes à proximité des habitations (dans les jardins et les chenils par exemple). L'ehrlichiose peut également causer des hémorragies sévères.

L'hémobartonellose féline :

Elle n'atteint que le chat. Elle est due à un parasite du sang transmis par les morsures de tiques (ou de puces). Les bactéries sont responsables de fièvre et d'anémie. Sans traitement la maladie est mortelle.

Comment lutter contre les tiques?

Les tiques sont plus dangereuses pour les maladies mortelles qu'elles transmettent que par la quantité de sang qu'elles pompent à l'animal. La prévention contre ces parasites est donc primordiale pour la santé de votre compagnon.

Répulsif naturel contre les tiques :

Fabriquez votre propre répulsif naturel avec du vinaigre blanc et de l'huile essentielle de lavande fine.

Le vinaigre blanc est connu pour repousser les tiques et les parasites en général. Quant à l'huile essentielle de lavande fine, elle provoque une paralysie fatale chez ces acariens.



Recette:

Dans un flacon de 250ml:

- Vinaigre blanc : 5 c. à soupe
- HE Lavande Fine : 15 gouttes
- Compléter avec de l'eau de source A vaposiser sur la peau du chien

La terre de diatomée :

La Terre de Diatomée est une poudre à base d'algues et un antiparasitaire naturel très efficace. Il faut l'appliquer directement sur le pelage du chien. On peut aussi en mettre sur son couchage extérieur

Lotion aux feuilles de menthe et d'eucalyptus:

Si vous faites pousser de la menthe dans votre jardin, et un eucalyptus, vous pouvez



récolter une bonne poignée de feuilles et les faire infuser dans de l'eau bouillante pendant 15 minutes. Ensuite, vous pouvez vaporiser le pelage et le panier du chien avec le produit obtenu.

Il est aussi possible de verser un grand verre de cette lotion dans la baignoire pour faire prendre un bain à votre toutou.

Mélange tiques et puces :

Vous pouvez aussi utiliser notre mélange tiques et puces, en appliquant quelques gouttes entre les omoplates de votre animal 1 à 2 fois par semaine ou avant une promenade.



Inspecter son animal:

Il faut inspecter régulièrement votre animal. Si vous sentez ou voyez une tique sur sa peau, il faut immédiatement



la retirer en utilisant un crochet tire-tique qui permet de retirer la tique intégralement. Puis il faut désinfecter la morsure avec un désinfectant traditionnel ou notre SOS essentiel.

Les bonnes associations de légumes, fleurs et aromatiques

Certains végétaux, plantés savamment, permettent un développement optimal de leurs voisins, en luttant contre les maladies et ravageurs, ou en apportant les éléments nutritifs nécessaires à leur croissance. D'autres, par contre, ont tendance à limiter le développement de leur entourage.



Voici quelques végétaux qui repoussent les insectes ravageurs (pucerons, doryphores, aleurodes, ...) et attirent les alliés du jardin (coccinelles, syrphes, ...), grâce à leur odeur, pour protéger leurs légumes préférés!



Les fleurs:

Elles apportent également une touche colorée à votre potager.

L'oeillet d'inde :

Il lutte contre les nématodes et repousse les pucerons grâce aux substances que ses racines secrètent.

Le souci :

Il éloigne également les pucerons et les

mouches blanches des tomates, ainsi que les doryphores et la piéride du chou. Il éloigne aussi le ver de l'asperge. Il attire les syrphes dont les larves se régalent de pucerons.

La bourrache:

Elle attire les abeilles, fait fuir les limaces, réduit les doryphores, éloigne les vers des

tomates. Elle est appréciée des pommes de terre, courgettes, choux, fraisiers, tomates. On peut également consommer ses feuilles, au goût iodé d'huître.



Le chardon va repousser les limaces et les escargots. Quant au cosmos, il éloigne la piéride du chou, en troublant la vision des papillons avec ses fleurs, et attire

la chrysope qui se nourrit des larves de chenilles, pucerons araignées rouges et aleurodes.



Les pétunias et capucines :

Ils vont attirer les pucerons avec leurs fortes odeurs. Il vous suffit, par la suite, d'éliminer les rameaux infestés.

Les aromatiques :

Elles apportent aussi du goût à vos récoltes.

Le thym et le romarin :

Idéals pour repousser les pucerons et la piéride du chou.



Le basilic:

C'est un fort répulsif des mouches et moustiques. Il s'associe parfaitement avec les tomates, asperges, poivrons, piments et aubergines.

La menthe:

Elle va éloigner les fourmis du potager.

La sarriette:

Elle est à planter à proximité des haricots afin d'éloigner les mouches de ces derniers.

Le cerfeuil et le fenouil :

Repoussent les escargots et les limaces des salades

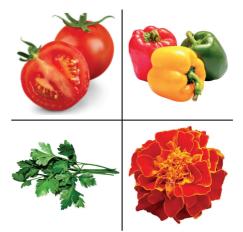
La moutarde:

A semer à proximiter des pommes de terre et des tomates afin de repousser les némadotes et près des choux pour attirer les papillons blancs ennemis de ces derniers. C'est aussi un très bon engrais vert pour le potager.

Quelques exemples d'associations :

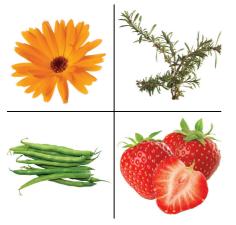
Tomate, Poivron, Persil, Oeillet d'Inde:

- Tomates et poivrons : plantes amies, elles vont augmenter leur productivité mutuellement
- Persil : repousse les pucerons et se développe mieux à l'ombre des tomates
- Oeillet d'Inde: contre les nématodes du sol. Il rend également les tomates plus résistantes aux maladies. Il est extrêment florifaire et très facile à cultiver. Sa fleur est comestible en salade ou potage.



Haricot, Sarriette, Fraise, Souci:

- Les haricots et les fraises : plantes amies, les associés va faire augmenter leur productivité. Le haricot étant une légumineuse, il peut aussi s'associer à la tomate, au melon ou au concombre qui sont des plantes gourmandes en azote
- La sarriette : avec sa forte odeur, elle va repousser les pucerons.
- Le souci : répulsif pour les pucerons, il favorise la pollinisation en attirant les abeilles et papillons.



Carotte, Poireau, Oignon, Gaillarde:

- Poireau et carotte : les deux plantes se protègent mutuellement. La carotte éloigne la teigne et le thrips du poireau quant au poireau, il repousse la mouche et le puceron de la carotte.
- La ciboulette ou l'oignon : idéals pour lutter contre la rouille du poireau, de l'ail ou encore des haricots, et contre

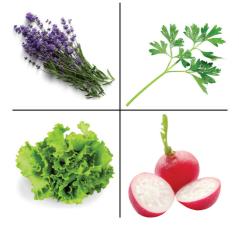
l'oïdium des courgettes, courges, ...

 La gaillarde : elle favorise la pollinisation des fruits et légumes au potager en attirant les insectes butineurs

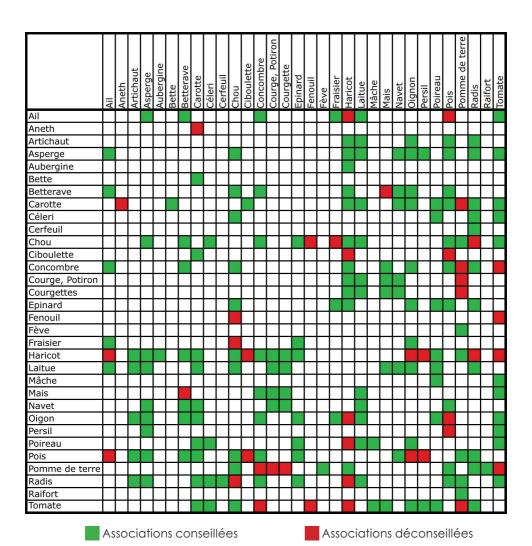


Laitue, Lavande, Radis, Cerfeuil:

- La laitue et le radis : ce sont deux plantes amies qui vont augmenter leur productivité en étant associées.
- Le cerfeuil : il limite le mildiou et repousse les limaces et les escargots.
 Il aromatisera aussi vos salades, crudités, viandes ou poissons.
- La lavande : elle favorise la pollinisation et repousse les pucerons de la laitue. Pour être efficace, il faut planter plusieurs pieds.



Les bonnes associations de légumes au potager



Quoi de neuf dans nos champs?

Depuis le dernier petit journal, de nombreux évènements ont animé notre campagne puisque les travaux et la végétation redémarrent avec l'arrivée du printemps. Voici un petit état des lieux qui vous plongera au beau milieu de la végétation.

Silence la cameline pousse!

Cette année nous avons décidé reconduire le semis de la cameline. En 2022, le résultat avait été très satisfaisant. Rémi avait même pu faire un essai sur le rendement en huile ce qui l'a, d'ailleurs, poussé à rechercher des fabricants de presses. Comme toutes bonnes conditions de semis, nous avons attendu que la terre se réchauffe pour épandre nos 3kg de semences sur 1 hectare (et oui si peu !). Une semaine après, elle commençait à pointer le bout de son nez. Les pluies après le 15 juin lui ont donné un véritable coup de fouet. Vous pouvez observer facilement l'évolution de cette parcelle puisqu'elle se situe à deux pas de la distillerie. Actuellement (comme le montre la photo), de belle lignes vertes se dessinent.



Année de foin, année de ...:

Habituellement les anciens disent : « année de rien ». Pour le moment nous ne

pouvons pas vraiment confirmer le dicton puisque :

 Nous avons réalisé une très belle récolte de sauge officinale. Les lignes étaient très fournies en fleurs et ces dernières nous ont offert de l'huile essentielle en qualité et en quantité.

Le saviez-vous?

- Une à deux feuilles suffisent pour parfumer vos plats en sauce, viandes, poissons, légumes, soupes ou farces.
- La tisane de sauge permet de soulager les bouffées de chaleur, favorise la digestion, un vrai antiseptique, ...
- Des roses, des roses et encore des roses. Sur le mois de juin nous avons dû récolter des roses sur une vingtaine de jours. Juste avant la nuit ou à la rosée du matin, telles sont les conditions optimales de cueillette. Les fleurs sont moins fragiles et les abeilles sont peu présentes. Après avoir fait un tour au séchoir, les pétales serviront à la macération ou à la décoration des savons des filles du laboratoire. La rose est l'une des plantes maîtresse dans l'hydratation de la peau.

Depuis le 15 juin, chaque jour, nous prélevons les fleurs de mauve épanouie. Il s'agit d'une récolte quotidienne puisque la fleur passe très vite. Cette cueillette est très agréable et l'une des moins fatiguante puique la mauve mesure 1m50 de haut (merci pour notre dos). En revanche, il faut être attentif puisque les abeilles raffolent de cette plante. Les fleurs sèchées nous serviront à confectionner nos infusions et donneront cette belle couleur verte bleutée à nos breuvages.



Sur la mélisse nous avons déjà pu réaliser deux récoltes : une pour l'herboristerie avec un intérêt pour la digestion et le sommeil puis une seconde coupe pour la distillation. Nul espoir de soutirer de l'huile essentielle puisqu'il faut 5 tonnes de feuilles pour faire un litre d'huile essentielle

! En revanche son précieux hydrolat soulagera plus d'un d'entre VOUS



La compétition

des blés, un véritable contre-lamontre, qui va gagner?



Seulement un petit chemin sépare notre parcelle de blé tendre de celle de blé dur. Ce dernier nous paraissait moins développé, plus clair, un peu jaune tandis que son confrère avait pris une longueur d'avance, le regardant de haut avec sa couleur verdoyante. Mais il a suffit d'une hausse des températures pour que le fameux blé dur se remette dans la course!



Fin juin, les deux parcelles sont très belles, bien développées, fournies en épis, avec très peu d'adventices. Oui va gagner entre l'imberbe et le barbu! Les résultats ne se liront qu'à la moisson! En attendant bel été à vous tous

La création d'un nouveau local distillation pour un second alambic :

L'obtention d'une huile essentielle est une opération délicate consistant à capter les substances les plus subtiles et les plus fragiles élaborées par le végétal sans en altérer la qualité. Afin d'extraire les molécules odorantes et aromatiques des plantes et des résineux, Abiessence distille à la vapeur d'eau basse pression depuis sa création. Cette méthode présente l'avantage de conserver l'intégralité des molécules aromatiques contenues dans la plante à l'état naturel sans les altérer. C'est pourquoi, la distillerie a souhaité conserver ce même procédé de distillation pour le nouvel alambic dont l'arrivée est prévue pour cet été.

L'intégration de deux nouvelles cuves d'une capacité de 1000 litres chacune va permettre de doubler la capacité de distillation de l'entreprise et de réduire par conséquent le délai de production. Avec la création de cette seconde unité de distillation il sera désormais possible de distiller simultanément plantes aromatiques et branches de résineux en continu tout au long de l'année. Jusqu'à présent, la période estivale est consacrée aux plantes aromatiques, de ce fait la

production d'huiles essentielles de résineux est donc à l'arrêt durant cette période.



La réalisation de ce projet est l'occasion de reproduire et de perfectionner le modèle de distillation existant en lui apportant quelques améliorations avant pu être observées durant les 23 années d'expériences acquises en matière de distillation. En effet, chacune des cuves sera équipée d'un condenseur tubulaire (élément permettant de refroidir la vapeur d'eau chargée en huile essentielle et d'assurer son passage à l'état liquide) qui offre une plus grande efficacité de refroidissement qu'un refroidisseur à serpentin. Afin de préserver la ressource en eau, le nouvel alambic fonctionnera lui aussi en circuit fermé grâce à la récupération des eaux pluviales issues de la toiture de la distillerie

distillation, Durant la phase de les opérateurs passent une grosse majorité du temps « au-dessus » des cuves afin d'assurer le chargement, le déchargement et le nettoyage de celles-ci avant un nouveau cycle. Par conséquent l'aménagement supérieur des alambics doit être étudié avec soin et pris en compte afin de garantir la productivité et la sécurité des opérateurs. L'alambic sera d'une plateforme, de portiques et d'un monorail afin de réaliser les différentes opérations de manutention à l'aide d'un palan électrique d'une tonne.

Ce nouvel alambic fonctionnera lui aussi au bois grâce à une chaudière biomasse basse pression d'une puissance de 151 kW de façon à maintenir l'autonomie énergétique existante. Cependant, l'alimentation ne se fera pas avec de la

plaquette comme pour la chaudière actuelle mais avec du bois bûche et également avec les chutes de sciages et

produits connexes de la scierie. De plus, la chaudière sera elle aussi reliée sur le circuit des eaux pluviales de façon à préserver la ressource en eau (économie de 250 litres d'eau par heure).

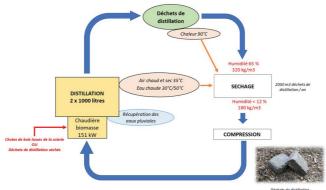
La réalisation de ce projet est également l'occasion d'exploiter les énergies fatales (c'est-à-dire perdues) du nouveau local de distillation : eau chaude de refroidissement pouvant atteindre 50°C, air chaud ambiant de 35 °C et chaleur des déchets de distillation atteignant les 90°C. Le but est de capter ces différentes énergies afin de faire fonctionner un séchoir avec le minimum d'énergie. De cette façon, diverses matières (plantes, sciure et déchets de distillation de

résineux) pourront être séchées dans une remorque équipée d'un double fond et de planchers ventilés. En passant d'un taux d'humidité de 65 % à 12%, les déchets de distillation de résineux et la sciure pourront alors être compressés en briquettes et valorisés ensuite en combustible dans la chaudière biomasse pour faire fonctionner l'alambic.



Séchoir et remorque équipée d'un double fond ventilé (équipements reçus en Juin 2023)

La réalisation de ce projet implique la création d'un nouveau local. Les travaux d'extension de la distillerie ont démarré au début du printemps. Plusieurs jours de terrassement ont d'abord été nécessaires avant la réalisation des travaux de maçonnerie. Une ossature bois sera bientôt réalisée à la scierie et viendra prendre place sur les murs béton une fois l'alambic installé. Ce projet devrait se réaliser sur la deuxième moitié de 2023.



compressés en briquettes de 1 kg

Cycle du processus de distillation envisagé permettant la réalisation d'économies d'énergies et l'utilisation de ressources locales et renouvelables

Nettoyage après tempête sur la commune de La Tour-en-Jarez (42) :

Après un été 2022 très sec ! Une micro-tempête s'est abattue sur le bassin stéphanois en aout 2022 ; lourde de conséquences pour certains propriétaires forestiers, qui ont vu leur patrimoine arboré subir des dégâts considérables

Nous quittons donc les hauteurs du Forez pour redescendre en altitude et intervenir sur la commune de la Touren-Jarez. Sur une parcelle de feuillus qui a subi énormément de casse.

Composé essentiellement de chêne centenaire et châtaignier de grande qualité, il était donc urgent d'intervenir au plus vite afin de valoriser au mieux ses nombreux arbres cassés par la tempête.

Il ne s'agit pas d'une éclaircie forestière habituelle pour nous. Le souhait du propriétaire est clair, sécurisé et nettoyer les 10 ha qui entoure sa maison rapidement. (Etant donné que la fréquentation est très importante dans les bois en bordure de Saint-Etienne). Tout en valorisant un maximum sa parcelle forestière qui n'avait pas vue d'intervention humaine depuis plus de 30 ans

Nous devons également faire en sorte de rattraper ce retard de gestion afin de permettre au peuplement d'avoir une régénération suffisante pour remplacer les arbres cassés par la tempête. Pour cela nous avons laissé quelques gros arbres semenciers qui amèneront de la graine naturelle pour régenérer la parcelle.

Sur ce site, de nombreuses contraintes limitent l'accès des parcelles, (les chemins étroits, les lignes, le tonnage des routes ...) et la liste est encore longue, mais nos machines ont le gabarit idéal pour intervenir. C'est donc Quentin avec ça fidèle remorque forestière ou Laurent avec son porteur qui se chargent du débardage. Accompagné par notre nouveau bûcheron Gilles qui façonne et billonne tous les arbres abimés par la tempête.

Du billon de chêne et châtaignier qualité bois de chauffage en 3 et 4 m, ont été réalisé ainsi que de la grumette en 6 m pour les chênes de qualité. Ces billons prendront la direction de notre scierie de Gumières situé à moins de 40 km du chantier, encore une fois dans le but de travailler du bois local.

Forestièrement,





Tagliatelles au chèvre frais, au thym et à la menthe poivrée

Ingrédients pour 4 personnes :

400g de tagliatelles

1 fromage de chèvre frais

20 tomates cerises

1 poignée de roquette

30g de pignons de pin

4 cuil. à soupe d'huile d'olive

1 goutte d'huile essentielle de thym

1 goutte d'huile essentielle de menthe poivrée

Sel, poivre



- Lavez la roquette et les tomates cerises. Coupez le fromage de chèvre en morceaux.
- Faites cuire les tagliatelles dans une grande quantité d'eau bouillante salée selon le temps de cuisson indiqué sur l'emballage, en ajoutant, 3 minutes avant la fin de leur cuisson, les tomates et les huiles essentielles.
- Égouttez les pâtes, arrosez-les d'huile d'olive, ajoutez les morceaux de chèvre frais, la roquette et les pignons de pin et poivrez fortement.
- Mélangez et servez aussitôt.

Rillettes de maquereau au thym

Ingrédients pour 4 à 6 personnes :

1KG de maquereaux (demandez au poissonnier de lever les filets en conservant la peau)
3 échalotes
10cl de vin blanc
100g de beurre salé
150g de crème fraîche
15 brins de persil plat
5 gouttes d'huile essentielle de citron
1 goutte d'huile essentielle de thym sel, poivre



- Lavez le persil et hachez-le.
- Lavez les filets de maquereau, coupez-les en gros morceaux, mettez-les dans une casserole avec le vin blanc, les échalotes pelées et hachées et l'huile essentielle de thym. Faites-les cuire à couvert pendant 3 minutes.
- Ôtez du feu, laissez tiédir, puis ajoutez le beure.
- Écrasez la chair de maquereau à l'aide d'une fourchette en ajoutant la crème fraîche, l'huile essentielle de citron, le persil haché, salez et poivrez. Mélangez bien le tout : goûtez pour vérifier l'assaisonnement.
- Tassez dans une terrine et laissez prendre au frais pendant 4 heures environ avant de servir.
- Servez accompagnées de pain grillé et de crudités.

Plaque glacée aux framboises, myrtilles et pépites de chocolat blanc

Ingrédients pour 4 personnes :

375 g de yaourt nature ou aromatisé
3 cuillères à soupe de miel
3 à 4 cuillères à soupe de pépites de chocolat
blanc
une poignée de framboises
une poignée de myrtilles
(utilisez aussi des fraises, cerises (dénoyautées)
ou encore des mûres)

- Dans un saladier, mélangez le yaourt et le sucrant liquide. Ajoutez les pépites de chocolat blanc et mélangez délicatement.
- Versez dans un plat à gratin assez large recouvert de film alimentaire ou bien une plaque à cookies recouverte de papier cuisson selon l'épaisseur souhaité
- Disposez les framboises et myrtilles sur le yaourt en les enfonçant légèrement. Couvrez de film alimentaire et déposez bien à plat dans le congélateur pour au moins 4 heures. Sortez la plaque 10 à 15 min avant dégustation, cassez-la en morceaux plus ou moins grands et dégustez!



Les mots mêlés de l'été

Ε	L	L	E	N	N	0	R	Т	I	С	С
E	N	I	Α	L	0	J	R	Α	M	U	Е
R	_	L	N	ı	N	ı	R	Α	М	0	R
E	R	I	Α	R	Ε	N	Α	I	D	Α	В
ı	L	S	G	Ε	Ε	Α	N	I	S	Ε	М
L	-	R	ı	L	D	Ε	G	U	Α	S	Е
F	U	Ε	R	Ε	С	Т	Н	Υ	M	S	G
0	0	Р	0	С	Α	R	V	ı	Α	ı	N
R	N	0	G	Α	R	Т	S	Е	N	L	I
I	Е	U	Q	I	L	Ε	G	N	Α	E	G
G	F	R	Ε	D	R	Α	Т	U	0	M	0

ANGELIQUE CUMIN **MOUTARDE** ANIS ORIGAN ESTRAGON BADIANE **FENOUIL PERSIL** CARVI GINGEMBRE **ROMARIN** CELERI GIROFLIER **SAUGE** CITRON-MARJOLAINE THYM

NELLE MELISSE

	J	UILLET 2023
Sam 01	Atelier aroma adultes	14h - 16h30
Jeu 06	Atelier aroma adultes	14h - 16h30
Sam 08	Atelier aroma adultes	14h - 16h30
Jeu 13	Atelier aroma adultes	14h - 16h30
Sam 15	Atelier aroma adultes	14h - 16h30
Mar 18	Atelier aroma adultes	14h - 16h30
Ven 21	Atelier aroma enfants	10h-12h
Sam 22	Atelier aroma adultes	14h - 16h30
Lun 24	Atelier aroma enfants	14h30-16h30
Jeu 27	Atelier aroma adultes	14h - 16h30
Sam 29	Atelier aroma adultes	14h - 16h30

		AOUT 2023
Mar 01	Atelier aroma adultes	14h - 16h30
Mer 02	Atelier aroma enfants	10h-12h
Sam 05	Atelier aroma adultes	14h - 16h30
Lun 07	Atelier aroma enfants	14h30-16h30
Jeu 10	Atelier aroma adultes	14h - 16h30
Sam 12	Atelier aroma adultes	14h - 16h30
Mar 22	Atelier aroma adultes	14h - 16h30
Jeu 24	Atelier aroma enfants	14h30-16h30
Sam 26	Atelier aroma adultes	14h - 16h30
Jeu 31	Atelier aroma adultes	14h - 16h30

	SEPTE	MBRE 2023
Sam 02	Atelier aroma adultes	14h - 16h30
Mar 05	Atelier aroma adultes	14h - 16h30
Sam 09	Atelier aroma adultes	14h - 16h30
Mer 13	Atelier aroma adultes	14h - 16h30
Mar 19	Atelier aroma adultes	14h - 16h30
Jeu 21	Formation Niveau 2	9h - 17h30
Lun 25	Atelier aroma adultes	14h - 16h30
Sam 30	Atelier aroma adultes	14h - 16h30

	oct	OBRE 2023
Mar 03	Atelier aroma adultes	14h - 16h30
Sam 07	Atelier aroma adultes	14h - 16h30
Jeu 12	Atelier aroma adultes	14h - 16h30
Sam 14	Atelier aroma adultes	14h - 16h30
Mar 17	Atelier aroma adultes	14h - 16h30
Jeu 19	Formation Niveau 1	9h - 17h30
Sam 21	Atelier aroma adultes	14h - 16h30
Mar 24	Atelier aroma adultes	14h - 16h30
Mer 25	Atelier aroma enfants	14h30-16h30
Jeu 26	Formation Niveau 2	9h - 17h30
Sam 28	Atelier aroma adultes	14h - 16h30

	NOVE	MBRE 2023
Ven 03	Atelier aroma enfants	14h30-16h30
Sam 04	Atelier aroma adultes	14h - 16h30
Mar 07	Atelier aroma adultes	14h - 16h30
Jeu 09	Formation Niveau 1	9h - 17h30
Sam 11	Atelier aroma adultes	14h - 16h30
Jeu 16	Atelier aroma adultes	14h - 16h30
Sam 18	Atelier aroma adultes	14h - 16h30
Lun 20	Atelier aroma adultes	14h - 16h30
Jeu 23	Formation Niveau 2	9h - 17h30
Sam 25	Atelier aroma adultes	14h - 16h30
Mer 29	Atelier aroma adultes	14h - 16h30

ATELIER AROMATHÉRAPIE ADULTES

20€/personne @ 14h00 à 16h30

© Sur réservation

THÈME ÉTÉ

- # Huile de soin coups de soleil
- ♣ Gommage corporel
- Lait drainant
- ♣ Gel douche
- & Baume pour cuir

THÈME AUTOMNE

- Huile de massage relaxante
- & Crème de iour
- Baume pour les pieds
- Stick maux de tête
- Brume désodorisante

Fabrication de vos propres produits enrichis en huiles essentielles. Certains produits seront confectionnés de façon collective et d'autre de manière individuelle.

TELIER AROMATHERAPIE ENFANTS

12€/enfant

@ 14h30 à 16h30

© Sur réservation

THÈME ÉTÉ

- Roll on piqûres éaratianures
- Lait coups de soleil
- & Boule de bain

THÈME AUTOMNE

- Crème hydratante corps et visaae
- Roll on relax devoirs
- Suspension parfumée

Nos ateliers enfants (à partir de 7 ans) sont l'occasion de manipuler et fabriquer 3 produits à base d'huiles essentielles.

FORMATION AROMATHÉR

1 Sur réservation

OBJECTIFS:

- Niveau 1 : Initiation à l'aromathérapie (Production de l'ar plantes aromatiques et exploitation forestière, Histoire de l'aromathérapie), Visite, Principes d'utilisation des huiles essentielles, Critères de qualité, Étapes de développement d'un produit et Fabrication de 3 produits cosmétiques.
- Niveau 2 : Perfectionnement à l'aromathérapie [10] plantes seront abordées (botanique, origine ...), Jeux de reconnaissance (olfactif, gustatif ...), La chimie aromatique: familles moléculaires (propriétés et précautions). Analyse détaillée des 10 huiles essentielles (principaux constituants, propriétés, associations ...) et Fabrication de 3 produits.]
- * Repas compris

La fête des aromatiques 2023 en images



Le départ de la marche des druides



L'atelier : je fais ma farine



Le manège pour enfants



La machine à pinces



L'atelier pochons de lavande ou de cèdre



L'atelier Herbes de Provence



L'atelier d'aromathérapie



Le maquillage pour enfants



L'extrem'jump et la balayette infernale



Infos utiles de l'entreprise

HORAIRES D'OUVERTURE

En Juillet, Août et Décembre

Le Reste de l'année

Le Lundi, Samedi & Dimanche Le Lundi, Samedi et 1er Dimanche du mois

14h - 18h

14h - 18h

Du Mardi au vendredi

Du Mardi au Vendredi

10h - 12h & 14h - 18h

10h - 12h & 14h - 18h

Les jours fériés

14h - 18h

(Nous sommes fermés le 1er Janvier, le 1er Mai et le 25 Décembre)

VISITES DE LA DISTILLERIE

Les mercredis et samedis: 14h30 / 15h30 / 16h30 Le 1^{er} dimanche de chaque mois : 15h30 / 16h30

MARCHÉ

Présence sur le marché de Montbrison Tous les 15 jours (les semaines paires), en bas de la rue Tupinerie Tous les samedis en juillet, août et décembre

Version papier disponible au magasin et au marché.

Version informatique disponible sur le site www.abiessenceconseil.com, rubrique "Petit Journal"

Rédaction: Emilie, Joël, Rémi, Alexandre, Lucie, Pauline & Quentin Mise en page: Quentin

Les articles sont extraits du livre «la passion des huiles essentielles et des eaux florales » et d'autres recherches bibliographiques.

Attention les huiles essentielles sont soumises à certaines mises en garde, merci de bien vouloir vous y référer.

ABIESSENCE

Montgenest 42600 Verrières en Forez 04 77 76 58 85

contact@abiessence.com www.abiessence.com www.abiessence.fr



